# 我做起演讲稿参考7篇

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-02-15

*演讲稿是人们在工作和社会生活中经常使用的一种文体，是要面对一定的听众，自己的观点是可以通过演讲稿的写作传递给他人的，下面是小编为您分享的我做起演讲稿参考7篇，感谢您的参阅。我做起演讲稿篇1老师们、同学们：大家好!今天我演讲的题目是《让文明礼...*

演讲稿是人们在工作和社会生活中经常使用的一种文体，是要面对一定的听众，自己的观点是可以通过演讲稿的写作传递给他人的，下面是小编为您分享的我做起演讲稿参考7篇，感谢您的参阅。

我做起演讲稿篇1

老师们、同学们：

大家好!今天我演讲的题目是《让文明礼仪充满人间》。

自古以来，我国就是文明之国，礼仪之邦。讲文明、有礼貌是一种美德，也是每个人的追求。今天，随着社会的发展，生活水平的不断提高，一些不文明现象也逐渐多起来。这不得不让我们再提文明礼仪。

记得一位名人曾说过：“德行的实现是由行为构成的，而不是文字。”我们的一言一行，无不体现着一个人的品质与修养，道德与情操。

我们年轻一代，更应该是文明的先锋，礼仪的标兵。看，在马路边，人们都自觉遵守信号灯;看，在公交车上，人们纷纷给老人、孕妇让座;看，在校园里，一位小同学磕倒了，大同学就主动跑过去，扶起他，到处洋溢着文明礼仪的气息。讲文明，懂礼貌的现象虽然随处可见，但在我们身边，在一部分同学身上，还存在着某些不文明行为。例如：在我们的校园内，楼梯上，总能见到与我们的美丽校园不和谐的纸屑、食品袋，糖纸随处乱扔，甚至有同学认为，反正有值日的同学打扫，扔了又有何妨;再例如，有的同学在走廊上追逐打闹，走路推推搡搡;还有部分同学讲脏话、粗话，随意攀爬树枝，甚至个别同学故意损坏学校的公物。这一举一动，无不表现出一种文明的缺失。“小而不为，老来何为?”作为学生，除去学习，学会做人更是重要的一课。文明礼貌就是做人的前提。如果人人都能讲文明，有礼貌，那我们的生活将会更美好。

文明礼仪是我们学习生活的根基，是我们健康成长的臂膀。不要让文明只在纸上出现，更要出现在行动中，让我们从小事做起，从点滴做起，争做新世纪、新时代的文明之星，让文明与我们同行!

谢谢大家!

我做起演讲稿篇2

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家下午好！

很荣幸能够站在这里与大家分享节约粮食的经历，本来我还准备了一份演讲稿的，但因为紧张怕忘词，也因为中午我吃完午餐后，将盒饭盖上那一粒米捡起来放进了嘴里，我认为我可以脱稿给大家讲讲节约粮食这件事了。

本人能够站在这里与大家分享这些，全都是因为我这个人出了名的节俭，当然，在有些时候，我的节俭会被别人认为是一种抠门，但更多的时候，我的节俭还是可以给大家树立一个好的榜样的。因为我家是军人家庭，从小，我在家吃饭时，都是一粒米也不能剩，更不能撒在餐桌上的，每次撒在桌上的米，我的爸爸都能给我讲一个关于粮食的故事，告诉我粮食的珍贵，以及珍惜粮食的必要。在撒过米听过故事，也挨过打后，我再也不敢浪费粮食了，甚至于每次看见一粒米，都能看见锄禾日当午里那些农民伯伯的汗水在我眼前低滴落。

同学们，你们也许没有这么严厉的爸爸，但你们一定都浪费过米饭，浪费过食物。那些我们浪费的粮食，如果收集在一起的话，多到可以养活一个孩子，甚至养活一个穷人家庭的一屋人。的确，我们这一代人的出身是幸福的，再不济的生活也不至于让我们饿肚子。然而，我们的祖辈都是饿着肚子挺过来的，他们都是饿过肚子也要把我们这些血脉传承下来的人，我们这么想的话，还会浪费粮食吗？也许我们浪费的粮食足以救活我们过去因为饥饿而逝去的祖辈，这样想的话，我们还觉得一粒米不足以让我们珍惜吗？

节约粮食吧！同学们，老师们！我们只有把节约粮食从我做起了，我们的粮食才不会因此被浪费，农民伯伯的血汗才没有白流，我们的祖辈们才没有白白挨饿。世事是无常的，像这一次疫情的发生，我们谁也不知道哪一天我们就会在家里“弹尽粮绝”，我们谁也不知道哪一天我们又会出现粮食紧缺的现象，所以，珍惜吧！节约粮食吧！就当是为我们未来落难的某一刻储存粮食，就当是为我们自己未来吃不上饭的某一天储备米饭，这样那一天到来时，我们才不会因为自己曾经没有珍惜粮食而后悔！

节约粮食，从我做起。我已经做到了，你们呢？一起来吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

我做起演讲稿篇3

亲爱的老师、同学们：

大家好!

我在电视上看到一则公益广告。两人在餐厅里吃饭，桌上摆满了各种美味佳肴，两人边吃边聊。走出餐厅后，桌上还留下了三分之一的食物。随后出现了一个盘子，左边有食物，右边没有食物。下面出现一排字：人类在餐桌上浪费的粮食是2亿人一年的口粮。

看完我不禁想起了一件事。在一个节日里，郴州的亲人来到了安仁，舅爷爷请客，带我先来到了“洞庭人家”点餐。舅爷爷若有所思，指了指菜谱“这个，这个，还有这个……”菜摆上来了，满满的一桌子菜，香味直钻进我的鼻子里，我垂涎三尺。客人来了，我们开动了，有说有笑地，把酒饮欢……

不一会儿吃饱了，大家脸上洋溢着满足的微笑。买单离开时我瞅了一眼饭桌，菜盘子里还剩了许多菜，饮料瓶还有一大半饮料在里面。看着这些，我觉得很可惜，我扯了扯妈妈的衣角，问：“为什么不打包呢?”“不用!”妈妈一挥手说道，然后就将我拉走了。

在餐桌上浪费的粮食可供2亿人一年的口粮。2亿人，一年，多么震惊的数字!可见人类是如何糟踏粮食的!世界是上还有多少人因为穷吃不上饭，可我们还是这样挥霍食物，真是惭愧!

节约粮食，从我做起，刻不容缓!

我做起演讲稿篇4

当鱼在浩瀚的海洋中自由徜徉，当鸟儿在蓝天中快乐地歌唱，当潺潺的溪流静静地流淌，当城市的霓虹灯闪烁，当我们享受生活或欢乐，或悲伤，或争执，或快乐，当每一个静止的、运动的生命体都被渲染得轰轰烈烈，美不胜收……你不禁感叹：生活就是这么美好，精彩!

人生有时坚如钢铁，坚如磐石，历经沧桑，依然傲娇辉煌;然而，它有时像花和叶子一样脆弱，经不起风吹雨打。哪怕是一点点的疏忽和意外都有可能碾压。生命之花时刻需要我们的呵护。

校园安全靠你我，靠父母，靠老师。安全事故大多是因为粗心和运气。所以，我们永远记住安全第一，生命第一。时刻警惕安全，一切安全;千万小心，防止万分之一的事故发生。上课期间不要在走廊或楼梯上奔跑、追逐或打架;中午下课的时候，主动站成一条坚定的线，不挤不挤，走路轻一点，右边下楼;无危险品进入校园，特别是拒绝携带管制刀具;注意食品安全，进校园不带零食，不叫外卖，注意用电安全，校园内不使用大功率电器;注意用水安全，不要挤水，提起水瓶，打开水龙头，防止烫伤。

我们应该对自己和他人的安全负责。我们在同一个校园，要互相爱护，互相提醒，互相帮助。校园安全靠大家，为了让我们的生命之花永远盛开，为了让所有家庭幸福，让我们携起手来，树立高度的安全意识。人人讲安全，总讲安全，凡事讲安全，为思想、行动、生活筑起安全长城，共同建设平安校园、和谐校园，让安全永远伴随着你、我、他!

我做起演讲稿篇5

同学们，老师们：

早上好！开学已经过了一个星期了，我们又迎来了一年级可爱的小朋友们！我们学校是一所非常注重文明礼仪的学校。同学们的一言一行直接影响着学校的形象，注重文明礼仪应该从小事做起！让我们一起打造一个文明的校园！下面我就针对上星期同学们的表现，做一些提醒：

你一定注意到了学校门口的文明示范岗，当你从他们身边经过时，他们甜甜的微笑和亲切的问好声有没有影响着你，让你也做一个讲文明、有礼貌的学生！是啊，见到老师和同学，千万别忘记问声好，让我们一起收获一份好心情！上星期问好的同学不够多，老师希望这星期有所改进，请主动向礼仪队员回个礼。上星期，有些一年级的同学还要家长送到教室去，老师希望以后一年级的小同学们要告诉家长在校园门口止步。有些同学把早饭带到学校里吃，那要请同学们在校门口吃完再进来。

餐厅里你做到无声就餐了吗？加饭菜用手语。伸出一个手指头说明你加菜，两个手指头说明你要加汤，三个手指头说明你加饭。同学们可以在老师的带领下好好地练习练习。让我们的餐厅恢复无声餐厅。

课堂上，你是否认真倾听了老师的每一句话，其实那也是一种文明！因为认真倾听才表示你尊重了老师的劳动成果。

当我们和同学相处的时候，总免不了发生小摩擦，这时候的我们别急于埋怨同学，学会理解，学会宽容，这也是一种文明！

讲卫生更是一种文明的体现！我们要养成良好的卫生习惯，先做好自己的个人卫生，摆放好自己的桌椅，整理好自己的抽屉。再认真做好自己的值日工作，为大家创造一个干净、整洁的校园环境。当你看到校园里的垃圾，能主动弯腰捡一捡！

火车跑得快，全凭车头带。在学校里，五六年级的同学就是大哥哥大姐姐了，你们应该起到榜样的作用。

那就让我们从我做起，从现在做起，从身边的小事做起，做一位讲文明礼仪的好学生！

我做起演讲稿篇6

这个月是诚信教育月，班里组织了这么一个教育宣传活动。今天站在这里我代表130的全体成员，针对活动主题和活动要求做一次演讲。为什么是我呢 好理解，所谓杀鸡焉用宰牛刀，这么一个小小的演讲理所当然也就由我这小将出来亮亮相。因为以下文字并非是百度里面的点击物，所以不具备权威性和普遍性，仅仅只是个人的观点和见解，因此呆会儿说的不好请不要扔我，也不要砸我，你们要做的就是：鼓励我!

现在切入正题，我今天要讲的是：文明成人，健康成才，和谐成功。总结下来就是如何做个成功人。我想如果我说在座的各位都是人应该没人会反对吧 但是如果我说在座的各位将来都会做个成功人，那不要说别人，我自己就反对。不说别的，就说今天这三个主题，也未必有人敢保证能完全做到!

首先是文明成人。大家知道，中华民族向来是个讲究文明礼仪的民族，无论是什么时候，放在什么地方，那都是以礼服人的。所以，作为中华民族的一份子，本着维护国家形象，捍卫国家尊严的想法，我们更应该自觉地做文明人，讲文明话。从小老师就教我们要讲文明，懂礼貌，做一个受欢迎的人，说白了那叫有礼。然而，一些觉悟不高的人并没有听从老师的话，平时话一出口就知道是没有经过精加工的，满口的粗话脏话，歪礼斜礼，搞不好你吃点亏还会被他们打一顿，就冲他们的嘴和拳头，还有谁敢跟他们接触呢 这种人的行为简单说来就叫无礼。不过最严重的要数下面这群人，根本谈不上什么觉悟，压根就把老师的话当耳边风，平时行为不检，对女的又毛手毛脚，这种人在各地区的监狱里多的是，我们给他们的行为简单的定义为非礼。由此看出：从有礼到无礼再到非礼，虽然只是一字之差，但其结果绝对不是几个字的差别就能说清的，这就充分说明了做文明人的重要性。至于具体怎么做，我想作为大学生应该都清楚，我在这里也没有资格教你们怎么做，只是举一下利害关系来和大伙探讨研究一下。

接着是健康成长。很明显，这里所说的健康不仅仅是生理方面的健康，也包括心理健康等。对于生理健康我也不必多说，自己的身体自己把握，我要说的主要是心理方面的健康。大家知道，现代社会是个竞争激烈的社会，因此对我们每个人来说，各方面的压力都比较大，也就导致了许多人的心理发生了扭曲，甚至出现变态的现象。为了避免这种事情的发生，就要求我们在任何困难和挫折面前都要学会及时调整自己的心态。不要因为自己长的胖而把墙给撞，也不要因为自己长的丑而去跳楼，这些都是没必要的。人们向来就把在哪里跌倒就在哪里爬起这句话视为真理，然而我想说的是：我们不能老是思维定式。对我来说这个世界没有绝对的真理，适合自己的，不管是什么方法什么话都能成为真理，在哪里跌倒为什么就不能在那里躺下，歇一会，养足精神，明确方向后再爬起来呢 老是跌倒爬起，跌倒爬起有时并不说明勇敢，只会显得你无知，只会让你越跌越伤，直到最后连爬起来的力气都没有了，到那时，你就会变得气馁，绝望，长期下来，你的心理就会出现问题。说到底，这些问题都是自己用错了调整的方法所造成的。再看看那些成才的人，哪个不是在困难和挫折中走出来的呀，如果他们没有健康的心态，没有好的调节方法，那么他们早就被困难困死，被挫折挫死了。今后，我们还将面对不同的困难和挫折，所以，拥有一个健康的心态，才是我们成长所必需的，否则，心态不健康你可能又会走上无礼和非礼的道路，那么我前面说的这么多就全变成了扯淡。

最后就是和谐成功。我想，如果你做到了以上两点，那么你离成功也就不远了。但是大多数人的成功不是光靠个人的力量就能获得的，有时还需要别人的帮助，团队的合作。这时你就必须学会与他们建立起和谐的关系，要充分发挥好团队精神，只有这样才能合作愉快，获得成功。就拿我们这次的实训来说，它本身就是一个团队合作的过程，作为组长，你有什么决定有什么想法都必须和组员进行讨论，只有全部通过才能实施，否则难免有人会不服气，时间一长就会产生抵触心理，试问，在这种情况下，团队以后还能更好的合作吗 当然，作为组员，也应该积极配合组长的工作，不要故意挑三拣四，吹毛求疵。组长有困难要帮，没有困难制造困难也要帮，当然，这只是一个玩笑。意思是说只有在互相帮助，互相谦让的情况下，团队才能和谐的搞好合作关系，才能更好的取得成功。

我今天要说的就是这么多，不管说的好不好，合不合你们的口味请大家都仔细的想一想，我也算完成任务了。

我做起演讲稿篇7

老师们、同学们：

大家好!

古人说，“不学礼，无以立”。就是说，你不学“礼”，就没法在社会中立身。那么，什么是礼仪呢?简单地说，礼仪就是律己、敬人的一种行为规范，是表现对他人尊重和理解的过程和手段。

文明礼仪，不仅是个人素质、教养的体现，也是个人道德和社会公德的体现。更是城市的脸面，更是国家的脸面。所以，学习礼仪不仅可以内强个人素质、外塑单位更能够润滑和改善人际关系。作为具有五千年文明史的“礼仪之邦”，讲文明、用礼仪，也是弘扬民族文化、展示民族精神的重要途径。

我们身在社会中，身份、角色在不停地变化之中。我们这一刻讨厌别人，下一刻往往成了别人讨厌的对象。这些无非都是“不拘小节”的行为所致。当我们身为游客的时候，总是依着自己的兴致，随地吐痰、吐口香糖、踩踏草坪、在文物上乱写乱涂;当我们是市民的时候，又是对随地吐痰、乱写乱画的现象深恶痛绝。

当我们和同学相处的时候，总会埋怨同学的“不拘小节”，无论是工作上还是生活上的说话、借东西;而我们自己又往往懒得去理那些“小节”。当我们乘坐公共汽车的时候，总是为能抢到座位而沾沾自喜，挤到、踩到别人的时候从不屑于说对不起;当我们被人挤到或踩到的时候，总是对对方不说声抱歉的话而耿耿于怀甚至拳脚相加;当我们是老人的时候，站在晃晃悠悠的车上，总是渴望能有人为站立不住的自己让个座。

随着社会的发展和进步，人们的精神需求层次和自我认知价值的越来越高，就越来越希望得到理解、受到尊重。毫无疑问，在当前的形势下，礼仪已不是个别行业、个别社会层次的需求，而是全民所需。

火车跑得快，全凭车头带。在家里，如果家长能够带好头;在学校，如果师长能够带好头;在单位，领导如果能够带好头;在窗口单位，窗口工作人员如果能够带好头……推而广之，要在全中国推广、普及文明礼仪，如果我们学校能够带好这个头;如果我们每个人都能从我做起，从现在做起……

毫不疑问，我们的文明礼仪推广和普及工作，就会更加容易。那么我们的精神文明建设，就会和物质文明建设一样，取得飞速发展。我们的精神面貌，必然会焕然一新，人们都会生活在友好、宽容、关爱、温馨的社会氛围中!

文明礼仪，强调的是“尊重为本”。想让别人尊敬你，首先就得尊敬人。那些陋习，图的是一时之快，丢的是自己的人格和尊严。一个连自己都不尊重的人，别人还会尊重你吗?

谢谢大家!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！